

WiseMind AB [www.wisemind.se](http://www.wisemind.se)

Active Spain [activespain.se](http://activespain.se)

## Costa Rica

### Program för kursveckan (4-10 januari) och rundresan (10-18 januari 2019)



Costa Rica är ett fantastiskt vackert land med hämförande natur. Här finner vi regnskog, flera vulkaner, varma källor, vackra stränder och fina hotell. I regnskogen bor hundratals fågelarter, grodor, apor och krokodiler.

Kursresan och rundresan är ett samarrangemang mellan WiseMind AB och Active Spain. Efter kursveckan erbjuds en rundresa i Costa Rica för den som så önskar. Vi åker då ut på kanaler i regnskogen, vandrar på hängbroar genom grönskan, och förhoppningsvis ser vi många djur vi inte sett tidigare. Costa Rica är ett land som är lätt att tycka om och som man inte glömmer i första taget.

#### Dag 1 (4 januari)

Ankomst San José, transfer till Hotel Doubletree Central Pacific beläget vid havet, 50 minuter från huvudstaden San José. Helpension på hotellet. [www.doubletreecentralpacific.com](http://www.doubletreecentralpacific.com)

#### Dag 2 (5 januari)

Dagen ägnas åt återhämtning och kursförberedelser

#### Dag 3 (6 januari)

Kursstart kl 8.20-12.00 och 16.00-19.00

#### Dag 4 (7 januari)

Kurs kl 8.20-12.00 och 16.00-19.00

#### Dag 5 (8 januari)

Kurs kl 8.20-12.00 och 16.00-19.00. *Kursen avslutas.*

**Dag 6** (9 januari)

Idag lämnar vi havet och åker in mot huvudstaden San José för en övernattnig. Lunch och middag ingår ej.

**Dag 7** (10 januari) Hemresa eller vidare resa på egen hand för de som endast bokat konferenspaketet.

**Dag 7 (10 januari) Rundresan påbörjas**

Vi startar dagen tidigt och beger oss till regnskogsområdet Tortuguero. Området ligger 90 km nordost om San José och är känt för sitt rika djurliv. Vi tar båt ut på kanalerna och kommer fram till vårt boende mitt på dan där då börjar med att äta en god lunch. Sedan besöker vi byn och därefter gör vi ett besök på Centro de Conservación de la Tortuga verde.

Frukost lunch och middag inkluderat.

**Dag 8** (11 januari)

Vandring på förmiddagen på eftermiddagen en båttur på kanalerna. Frukost lunch och middag inkluderat.

**Dag 9** (12 januari)

Vi lämnar idag Tortuguero med båt på morgonen, vi äter lunch och sedan tar vi bussen för vidare färd till byn La Fortuna, på vägen gör vi en vandring på vägen i nationalparken Reserva Biologica la Tirimbina.

Frukost och lunch inkluderat. Middag tillkommer.

**Dag 10** (13 januari)

Idag stundar 2 vandringar, först en vandring i Nationalparken "Parque nacional Volcan Arenal och sedan i området Mirador 1968.

Frukost ingår, lunch och middag tillkommer.

**Dag 11** (14 januari)

08.00 Idag lämnar vi byn La Fortuna och vidare mot nationalparken Monteverde (det gröna berget). På vägen åker vi förbi och besöker och vandrar i "Los puentes colgantes" en

vandring uppe bland trädkronorna, så kallad "canopy walk" och tillsammans med vår lokale guide letar efter djur. Frukost inkluderat, lunch och middag tillkommer.



**Dag 12** (15 januari)

Besök och vandring i nationalparken "Reserva biologico nuboso Monteverde".

Här finns mer att läsa om parken. <http://www.cloudforestmonteverde.com/index.html>

Resten av dagen fri för egna aktiviteter. Frukost inkluderat, lunch och middag tillkommer.

**Dag 13** (16 januari)

Vi lämnar nu nationalparken Monteverde och beger oss vidare mot havet och stranden Playa Carillo. Här tar vi det lugnt och njuter av havet och stranden i 2 dagar. Frukost inkluderat, lunch och middag tillkommer.



**Dag 14** (17 januari)

Dagen fri för egna aktiviteter. Frukost inkluderat, lunch och middag tillkommer.

**Dag 15** (18 januari)

Vi lämnar Costa Rica och beger oss till flygplatsen i San José. Frukost ingår, lunch och middag tillkommer.

-----

**Pris för rundresan:** 12 700kr (Euro 1295€) för del i dubbelrum. Enkelrumstillägg: 3010kr Euro 306€

OBS! Priset på rundturen och transporter är beräknat på minimum 20 personer, och vi reserverar oss för valutaändringar som står utom vår kontroll.

Observera också att kursavgiften och konferenspaketet inte ingår i priset för rundresan.

### **Följande ingår i rundturspaketet:**

#### **Logi med frukost:**

o 2 nätter i Arenal, Hotel Arenal Paraiso - standard rum <http://www.arenalparaiso.com/>

o 2 nätter i Monteverde, Hotel Montaña Monteverde  
<http://www.monteverdemountainhotel.com/>

o 2 nätter i Playa Carrillo, Hotel Nammbu - [www.nammbu.com](http://www.nammbu.com)

o 1 natt i Tortuguero där vi bor på Hotel Aninga Lodge -  
<https://www.aningalodgetortuguero.com/>

#### **Vidare ingår:**

· Transfers från den 09 - 17 januari i buss.

· Engelsktalande lokalguide 09-17 januari

· Inträde till följande:

o Parque Nacional Tortuguero

o Centro de Conservacion de la Tortuga Verde

o Reserva Biologica Tirimbina

o Parque Nacional Volcan Arenal

o Mirador 1968 - <http://www.arenal1968.com/>

o Puentes Colgantes de Arenal

o Reserva de Monteverde

#### **Ingår inte i priset för rundresan**

Flyg Sverige-Costa Rica, luncher och middagar enligt ovan samt drinks.

Vi hjälper gärna till att boka flyg. Kontakta [info@wisemind.se](mailto:info@wisemind.se) eller [par@activespain.se](mailto:par@activespain.se)